



K U R S P R O G R A M M

14. September 2026 - 11. Juni 2027

MONTAG	07:30	PILATES mit Faszientraining	Centrum Weerberg	Waltraud ROFNER Tel. 0664 3996946
	09:30	LINE-DANCE	KAC-Clubraum Pölz Schwaz	Maria GÜRTLER Tel. 0660 5690192
	18:00	Fortgeschrittene		
MONTAG	18:00	SENIORENGYMNASTIK für Männer	Bewegungsraum VS Ost	Gabi EBNER Tel. 0680 3020242
DIENSTAG	08:00	PILATES	Turnsaal im Haus der Generationen	Evi GOSSNER Tel. 0677 61136356
	09:00	WIRBELSÄULENGYMNASTIK		
DIENSTAG	17:30	PILATES und RÜCKENGYMASTIK	Turnsaal im Haus der Generationen	Walli POSSELT Tel. 0664 1323849
DIENSTAG	18:00	LINE-DANCE Fortgeschrittene	KAC-Clubraum Pölz Schwaz	Maria GÜRTLER Tel. 0660 5690192
DIENSTAG	18:30	„Treffpunkt TANZ“ Tanzen ab der Lebensmitte	Kindergarten Stans	Marialuise HUSSL Tel. 05242 62396
DIENSTAG	19:00	GANZKÖRPERTRAINING mit Musik	Bildungszentrum Pill	Astrid WITTROCK Tel. 0650 5141502
DIENSTAG	18:00	SENIORENGYMNASTIK	VS-Hans-Sachs Schwaz	Evi GOSSNER Tel. 0677 61136356
	19:00	GYMNASTIK für Kondition und Wirbelsäule		
MITTWOCH	19:00	PROBLEMZONEN-, RÜCKEN- und MOBILITÄTSTRaining	Volksschule Stans	Walli POSSELT Tel. 0664 1323849
MITTWOCH	16:00	LINE-DANCE	KAC-Clubraum Pölz Schwaz	Ingrid JEHLE Tel. 0680 5549213
	18:00	Leicht Fortgeschrittene		
MITTWOCH	19:00	GYMNASTIK für Kondition und Wirbelsäule	VS-Hans-Sachs Schwaz	Evi GOSSNER Tel: 0677 61136356
DONNERSTAG	08:00	PILATES	Turnsaal im Haus der Generationen	Evi GOSSNER Tel. 0677 61136356
	09:00	RÜCKENGYMNASTIK für Senioren		
DONNERSTAG	16:30	YOGA - Geist-Seele-Körper mit aktiven Bewusstsein Aufbau in allen Ebenen üben.	Dorfraum EKIZ Schwaz	Andrea LECHNER Tel: 0664 5435594
DONNERSTAG	17:30	LINE-DANCE Fortgeschrittene	KAC-Clubraum Pölz Schwaz	Maria GÜRTLER Tel. 0660 5690192
DONNERSTAG	19:00	GYMNASTIK für Kondition und Wirbelsäule	VS-Hans-Sachs Schwaz	Evi GOSSNER Tel. 0677 61136356
DONNERSTAG	20:00	PILATES	VS-Hans-Sachs Schwaz	Evi GOSSNER Tel: 0677 61136356

Eine Schnupperstunde gratis!

Neueinstieg jederzeit möglich, mit Ausnahme von Line-Dance